

18+ Денис Бросалин

Живая и мертвая еда

Путь к свободе



Денис Бросалин
Живая и мертвая еда.
Путь к свободе

*http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=42349875
ISBN 9785449665690*

Аннотация

Книга «Живая и мертвая еда, или Путь к свободе» является попыткой автора пробудить усыпленное сознание читателя. Приоткрыть занавес ложных мнений, сформировавшихся с его рождения и осветить истинный путь к пробуждению! Выпущена в свет с одобрения Валерия Синельникова – известного практикующего психотерапевта, психолога, гомеопата, автора уникальных методик, которые помогли тысячам людей вернуть здоровье, повысить благосостояние, познать радость жизни.

Содержание

Предисловие	6
Шаг 1. Мертвая еда	9
Погружение или ломка стереотипов	16
Конец ознакомительного фрагмента.	17

Живая и мертвая еда

Путь к свободе

Денис Бросалин

Редактор Елена Проскурина

© Денис Бросалин, 2019

ISBN 978-5-4496-6569-0

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

ЖИВАЯ И МЕРТВАЯ ЕДА

Путь к свободе

От Автора

Данная книга создана на основе многолетнего личного опыта, наблюдений и изученных материалов, таких как:

Фильм «Секрет», книг Вадима Зеланда «Транссерфинг реальности», «Живая кухня», Валерия Синельникова «Возлюби болезнь свою», Джона Грея «Практическое пособие по исполнению желаний», Виктории Бутенко «Зелень для жизни», Светланы Пиуновой «Все мы только Половинки»,

а также книг Джозафа Мэрфи, ОШО, Рам Дас, Эстер и Джери Хикс и других ученых и писателей.

«И сказал Бог: смотрите, Я дал вам всякую траву, сеющую семя, что есть на Земле, и каждое дерево, у которого плод древесный, сеющий семя, вам сие будет в пищу»

Бытие 1:29

Любите себя, любите ваше тело и оно вас отблагодарит в 1000 раз больше!

Предисловие

Эта книга создана для тех, кто имеет желание обрести истинное и фундаментальное чувство целостности, обрести душевный покой, сохранить и омолодить свое тело, стать поистине счастливым человеком. А так же на своем личном примере показать, что это работает.

Она поможет вам избавиться от вредных привычек и болезней. Каждодневные стрессы уйдут на задний план, а потом и вовсе исчезнут, на это место встанет природная уверенность в «следующем» дне. Я хочу сказать «следующем» потому, что это нечто иное, нечто интересное, так, словно ты становишься ребенком в теле взрослого человека, радуешься любым мелким положительным моментам, будь то запахи распустившихся цветов или улыбки близкого человека. Начинаешь любить свое тело. Каждый день будет новым рождением Вас.

Там, где-то в глубине души, Вы подсознательно стремитесь к этому, иногда делая приятно своему близкому человеку или даруя жизнь своему ребенку. Это внутренний инстинкт живого существа, да это так естественно! Но груз мертвой пищи порой тянет вас вниз, формируя негативные обстоятельства, такие как обиды, вынужденная ложь, страх, печаль, гнев и раздражения. Вся скопившаяся муть и гниль тянет вас вниз, не давая воспарить над трудной ситуацией.

Можно стать поистине Гениальным человеком, и это все так совершенно близко, необходимо только поверить и соблюсти крохотные правила, которые укажут вам путь к более осознанной жизни!

Каждый человек может изменить свою жизнь к лучшему, сколько бы лет Вы себе не давали, стоит только взять себя в руки, это будет Ваше рождение и пробуждение заново.

Что это за мертвая еда? И почему её многие употребляют? Кто-то скажет: «Все так живут», но когда Вы были ребенком, разве вас это волновало? Разве вас волновали замечания родителей, когда говорили, что чайник горячий – обожжешься!? Конечно же, нет. Но, со временем, повзрослев, вы смирились и поверили, что все так живут, питаются с прилавков универмага, не задумываясь и доверившись производителю, что этот товар ни только вкусный, но и полезный. Кто-то скажет: «Нет времени читать состав продукта», а у Вас есть время сходить к врачу и отсечь какой-нибудь орган?

И снова в бега за «счастьем»...

Это ходьба по острию ножа, где тонко, там и рвется, и все ведь по ГОСТу, а откуда тогда берутся заболевания – и я с полной уверенностью вам скажу, что это все от гнили, скопившейся внутри.

Научно доказано, что наш организм самоисцеляется, но почему же это происходит не всегда, почему зрение уходит, болят почки, печень, суставы, выпадают волосы, крошатся зубы, память подводит, постоянная усталость в теле?

Думаете, старость пришла? Сейчас на все эти вопросы есть верный ответ.

Я, как любитель-автомобилист, приведу сравнение человеческого организма с автомобилем. Если заливать в двигатель масло плохого качества, покупать бензин на сомнительных заправках, автомобиль вскоре придет в негодность. Точно так же и с нашим организмом,. Если питаться мертвой пищей, организм зашлакуется, и вскоре придется идти к доктору. Или того хуже – в мир иной...

Но если вы не готовы, если считаете, что это чушь и чепуха, прошу отложить эту книгу и забыть, если считаете что уже поздно, либо что вы уже гений и у вас все в порядке, она не для вас.

Данную книгу постараюсь систематизировать так, чтобы Вам в ходе вашего Оздоровления было наиболее удобно проходить определенные этапы исцеления. Пойдем от мертвой еды к живой.

Итак, начнем, или лучше сказать – в Путь!

Шаг 1. Мертвая еда

Начало осознания

Что это за мертвая еда, полезна ли она для нас? Давайте разберемся вместе. Немного истории.

Александр Михайлович Уголев родился 9 марта 1926г. в Днепропетровске – советский ученый, специалист в области физиологии, вегетативных функций и их регуляции.

Работа А. М. Уголева «Пристеночное (контактное) мембранное пищеварение» была признана научным открытием и внесена в Государственный реестр открытий СССР под №15 с приоритетом от декабря 1958 года.

За свои работы в 1990 году был награждён золотой медалью им. И. И. Мечникова, медалью Гиппократа, орденами «Трудового Красного Знамени», «Дружбы народов».

Широко известен опыт Уголева с самоперевариванием сырой лягушки в желудочном соке человека, лошади или собаки. По результатам опытов Уголев обнаружил, что сырая лягушка переваривается быстрее термически обработанной и без остатков. Данный опыт поверхностно описан в книге «Теория адекватного питания и трофология».

Исследования академиком Уголевым желудочно-кишечного тракта человека показывают, что по своему структурно-

му и биологическому строению он идентичен с **ЖКТ травоядных**. У хищных животных длина желудочно-кишечного тракта только в 3 раза больше тела животного, что позволяет быстро выводить из организма гниющее мясо.

У растительоядных длина желудочно-кишечного тракта в 6—10 раз больше длины тела; растительная пища разлагается намного медленнее, чем мясо, поэтому она может дольше находиться в кишечнике.

Академик А. М. Уголев открыл такой способ пищеварения, как **индуцированный аутолиз**. Это саморастворение пищи, поступившими вместе с ней ферментами под действием желудочной кислоты. То есть, в живой необработанной свыше 40 градусов растительной пище содержатся белковые структуры, которые называются **энзимы**.

Если пища подвергалась тепловой обработке, то эти энзимы разрушаются, и для переваривания пищи организму приходится вырабатывать собственные ферменты, на что он тратит много жизненной энергии, при этом чрезмерно растущие нагрузки на поджелудочную железу быстро истощают ее ресурсы (о них мы поговорим позже).

Природой задумано так, что в каждой клеточке живой еды есть вещества для растворения этой еды. Эти вещества под воздействием желудочного сока запускают процесс саморастворения. Получается, что человек не затрачивает совершенно никаких своих ферментов и практически не тратит энергии на переваривание пищи.

Итак, возьмем, например, гречку, обычную гречку из магазина на прилавке. Многие думают, что она в таком виде и поступает с полей, но нет. Погрузите ее в воду на пару часов, и что с ней произойдет? Она размокнет, разбухнет и развалится. Это значит, что она мертва, то есть она подвержена термической обработке. Урожая она уже не принесет.

Мертвое не может породить живое! Если только для удобрения...

Так все происходит в природе: листья со стволами увядают, семена в закрытой от окружающей среды оболочке прорастут в благоприятное для них время. Но человечество загнало само себя в рамки «что можно, что нельзя»; что бабушки, дедушки, родители, общество, говорят – так и поступают. Телевидение и радио диктует правила. Но задумайтесь, хоть на минутку, вы умнее природы? Вам подвластны все её законы? Возможно, но лишь на определенное время, природа и человек – это единое целое. Идешь против неё – получаешь негативный опыт. Если не научился и не распознал, получаешь еще больше негативного опыта, до тех пор пока сам не увядаешь. Так давайте, становитесь зерном, а не удобрением!

**Защищать смерть может только смерть,
защищать жизнь может только жизнь!**

Если ваше сознание и тело противостоит живой еде всеми

способами, то в вас говорят вредные микроорганизмы, для которых гниль и слизь является пищей. И на этом основании у вас формируются вредные привычки, такие как тяга к пиву, курению, употреблению фастфуда, сладостей и даже разбрасыванию мусора на улице.

И ваше тело, как кокон для рождения этих организмов, постоянно требует мяса, дрожжевого хлеба, горячего кофе, кока-колы, буррито, молочных продуктов, конфет – словно вы попали в замкнутый круг.

Употребляя все это, вам кажется, что от этого вы становитесь чуточку счастливее и насыщенней. Но это ложное удовольствие, которое впоследствии начинает разрушать вас, разрушать все стенки сосудов, зашлаковывая Ваше тело и сознание.

А вы не задумывались, откуда берутся депрессия, обиды, разного рода расстройства? В книгах и фильмах, настраивающих людей на позитивное мышление, говорится о том, что положительное мышление порождает позитивные мысли. Так-то оно так, но когда в тебе изначально таятся паразиты, и они тянут постоянно вниз, прося съесть или выпить что-нибудь вредное, часто бывает трудно справиться со всем негативом, который навалился на вас, как снежный ком.

А что такое позитивное мышление? Это, по сути, ложь самому себе и окружению, занавес перед негативом. Вы стараетесь улыбаться родным и близким людям, а, приходя домой, и посмотрев в зеркало, обнаруживаете, что все не так уж за-

мечательно, раскрывается истинная правда и на душе, как говорится, «скребут кошки»... Позитивного мышления, которого вы изо всех сил стараетесь придерживаться, становится недостаточно; если вас кто-то разозлит или произойдет что-то неприятное, весь негатив, таившийся внутри, тут же выходит наружу!

«Так что же мне делать?», – скажите вы, – «Я обычный человек, заработал денег, потратил энергию; как её восполнить? Конечно же, необходимо поднять себе настроение, сходить в магазин, в котором все для человека: удобные полки, красивые и приятные на ощупь упаковки, хорошее освещение, отсутствие резких запахов, и мои любимые чипсы, вкусный хлеб, макароны, сладости, алкоголь, консервированные продукты типа салата или рыбы, разные соусы, молочные изделия, колбасы, бутерброды и т. д. Приобрету все эти вкусности, и буду счастлив, хоть и на мгновение, а что там в этом полезного, организм сам разберется, а от чего нужно, сам избавится!» Все верно, найдет и избавится, но до поры до времени. И вы снова скажите «Все так живут», «От этого не уйдешь». Значит, вы сдались? И это тоже хорошо. Тот, кто уже сдался, точно понял, что употребляет мертвую и вредную еду. Теперь лишь останется осознать и придти к здоровому питанию.

«Мертвоядом» вы уже были. А сейчас хотите стать поистине живым, гармоничным от природы, здоровым человеком, который будет минимально затрачивать энергию на вы-

ведение шлаков и токсинов и максимально восстанавливать все свои жизненные функции?

И, впоследствии, обрести поистине здоровое тело и стать уверенным в своих силах и в следующем дне!

Это, на первый взгляд, очень трудно, а, порой, кажется невозможно. Да, это тяжело, но поверьте – это стоит того!

Это путь к новому, духовному, истинному, процветающему «Я»!

И вы снова подумаете: «Мои родители, мои друзья и просто знакомые, коллеги на работе питаются как все – «Сходим в кафе пообедаем? или разогреем в микроволновой печи, о которой работодатель позаботился. Все для меня, лишь бы я был более или менее в хорошем настроении и выполнял определенную для меня работу». А праздники и семейный ужин с оливье и запеченной курицей как отменить? Да, верно, это будет кардинальное изменение.

Спросите себя – хотели бы вы променять свою истинную жизнь на бутерброд с салями или рулет, наполненный таблицей Менделеева?

В каждом из нас таится гениальная душа, которая способна на открытия, невиданные человеческому миру! Разве Леонардо да Винчи, Пифагор, Никола Тесла, Лев Толстой, Есенин, Сократ, Будда и многие, многие другие гениальные люди и путешественники променяли бы? Конечно же, нет! Почему же вы должны разменивать, раздаривать себя каждому ложному мнению?!

«То, что мы можем существовать на растительном рационе, работать и даже преуспевать – не просто теория, а хорошо продемонстрированный факт. Представители множества народов, живущих практически на одной растительной пище, обладают превосходным телосложением и силой».

Никола Тесла, 1900г.

Каждый человек на Земле волен выбирать истинно свой Путь! Найти свою стезю, свою половинку, свою семью, своё призвание, свое место, свое общество.

А что такое общественное мнение? Это какое-то аморфное состояние, которое витает вокруг да около, сжимает вашу индивидуальность, ставит вас в строй других, себе подобных.

В вас таится удивительный секрет, скрыты удивительные способности к музыке, танцам, написанию книг, стихов, спортивным достижениям, изобретательству, живописи и многому, многому, многому другому!

Необходимо лишь чуточку вашей веры и упорства. Идеи, заложенные в данной книге, помогут вам грести в нужном направлении. Ваше тело исцелится и душа раскроется! Это будет потрясающее волшебство, помочь которому можете только вы сами!!!

Погружение или ломка стереотипов

Итак, мы разобрали – что подвержено термической обработке, то не подходит для восстановления своих природных сил и счастливой жизни.

Теперь рассмотрим продукты, которые находятся на прилавках магазинов; и основные из них – это хлеб и все, что с ним связано.

«Хлеб всему голова!» – скажете вы. Да – голова для тех, кто его не употребляет. Разберем, что такое хлеб, из чего он состоит, и как влияет на вас.

Если сейчас у вас возникло противостояние, задайте себе вопрос, чем хлеб реально может вам помочь? – «Питательными веществами, необходимыми микроэлементами и аминокислотами». Чушь.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.